

TORENIO DE ABERTURA DE PISTA

ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 15 DE NOVEMBRO DE 2025



PROGRAMA HORÁRIO:

Hora		Prova			Observações
Sábado, 15 de novembro de 2025					
14:00	50 metros	S10 e S12	F	Séries	Pode partir de pé
	Disco	S16	F	Final	750 gr
	Disco	S18	F	Final	1Kg
	Comprimento	S16	M	Final	Caixa 1 - Tábua 2m
	Comprimento	S12 e S14	M	Final	Caixa 2 - Tábua 2m
14:20	50 metros	S10 e S12	M	Séries	Pode partir de pé
14:40	150 Metros	S14 e S16	F	Séries	
14:55	150 Metros	S14 e S16	M	Séries	
15:10	150 Metros	S18 a Master	F	Séries	
15:25	150 Metros	S18 a Master	M	Séries	
15:45	Disco	S12 e S14	F	Final	600 gr
	Disco	S12 e S14	M	Final	750 gr
15:50	600 metros	S12 e S14	F	Séries	
15:55	Comprimento	S16	F	Final	Tábua 2m
	Comprimento	S16	M	Final	Tábua 2m
16:05	600 metros	S12 e S14	M	Séries	
16:20	600 metros	S16	F	Séries	
16:35	600 metros	S16	M	Séries	
16:50	1.000 metros	S18 a Master	F	Séries	
17:05	1.000 metros	S18 a Master	M	Séries	
17:20	300 metros	S16 e S18	F	Séries	
17:30	Disco	S16	M	Final	1Kg
	Disco	S18	M	Final	1,5Kg
	Comprimento	S12 e S14	F	Final	Tábua 2m
17:35	300 metros	S16 e S18	M	Séries	
17:50	300 metros	S20 a Master	F	Séries	
18:05	300 metros	S20 a Master	M	Séries	

REGULAMENTO:

1 - Competição: A disputar na pista de atletismo do Estádio 1º de Maio, em Braga, no dia 15 de novembro de 2025.

2 - Participação: A competição destina-se a atletas dos escalões de Sub-10 a masters da Associação de Atletismo de Braga, atletas de outras Associações Regionais portuguesas autorizados.

TORENIO DE ABERTURA DE PISTA



ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 15 DE NOVEMBRO DE 2025

3 - Inscrições: Realizadas obrigatoriamente na plataforma online FPA Competições (<https://fpacompeticoes.pt/2/associacao>), até:

- Até 12 de novembro de 2025 (quarta-feira).
- de forma gratuita para todos os atletas.

4 – Melhores marcas: No momento da inscrição, os atletas deverão indicar a melhor marca obtida nas respetivas provas, no período de 1 de janeiro de 2024 à data da competição.

Caso não apareça a indicação da melhor marca, os atletas devem comprovar obrigatoriamente a marca que colocaram, indicando em “Notas” o local e data de obtenção da marca ou, em alternativa, fazer upload de um comprovativo da mesma. Marcas que não sejam devidamente comprovadas não serão consideradas.

5 – Dorsais: Todos atletas da Zona Norte deverão utilizar o **dorsal de época da sua Associação**.

- Atletas que tenham perdido ou esquecido o dorsal anual, pagarão 1,5 euros por dorsal para utilizar na competição;
- Aos atletas extra Zona Norte ser-lhes-á atribuído um dorsal para uso exclusivo na competição;

6 - Confirmações: Todos os atletas devem efetuar a confirmação de presença **até 1 hora antes das respetivas provas**

As confirmações são realizadas online, em FPA Competições, por método idêntico às inscrições, a partir das 7h do dia da competição. Depois de confirmarem presença, os atletas devem verificar se na lista de inscritos aparece CONFIRMADO.

Um atleta que não confirme a sua participação, não será admitido em competição.

7 - Câmara de Chamada: Todos os atletas devem apresentar-se na Câmara de Chamada até:

- 15 minutos antes do início das corridas.
- 45 minutos antes do início dos concursos (Saltos e Lançamentos);
- 1 hora antes do início do Salto com vara

8 – Normas Técnicas:

- Em função do número de atletas inscritos o programa horário pode sofrer alterações.

TORENIO DE ABERTURA DE PISTA



ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 15 DE NOVEMBRO DE 2025

- Cada atleta poderá participar num máximo de 2 provas.
- As corridas são disputadas por series, a primeira serie será com os atletas com melhores tempos de inscrição;
- No salto em comprimento e lançamento do disco todos os atletas terão direito a 4 ensaios.

9 – Escalões: Os escalões etários a vigorar serão os referentes ao ano civil de 2025:

- **Sub-10:** Atletas nascidos em 2016, 2017 e 2018;
- **Sub-12:** Atletas nascidos em 2014 e 2015;
- **Sub-14:** Atletas nascidos em 2012 e 2013;
- **Sub-16:** Atletas nascidos em 2010 e 2011;
- **Sub-18:** Atletas nascidos em 2008 e 2009;
- **Sub-20:** Atletas nascidos em 2006 e 2007;
- **Sub-23:** Atletas nascidos em 2003, 2004 e 2005;
- **Seniores:** Atletas nascidos em 2002 ou antes;
- **Masters:** Atletas com 35 ou mais anos;

10 - Responsabilidade: a inscrição na competição implica o conhecimento e aceitação do risco de saúde inerente à participação, sendo a decisão tomada em consciência pelo próprio atleta ou pelo seu representante legal;

11 - Outros:

- Todos os atletas deverão ter o seguro desportivo e exame médico desportivo devidamente atualizado;
- Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correta colocação do dorsal;
- O participante, ao proceder à inscrição nesta competição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada em fotografias/imagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da competição;
- A organização da competição reserva-se ao direito de antecipar o programa horário em pelo menos 20 (vinte) minutos, caso o desenrolar da competição assim o necessite.

TORENIO DE ABERTURA DE PISTA



ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 15 DE NOVEMBRO DE 2025

Esta antecipação será anunciada com pelo menos 50 (cinquenta) minutos relativamente ao horário original;

- Os casos omissos neste regulamento serão decididos pelo Delegado Técnico e Diretor da Competição, em concordância com o Regulamento Geral de Competições.
- Eventuais atualizações deste regulamento serão publicadas em www.aabraga.pt;